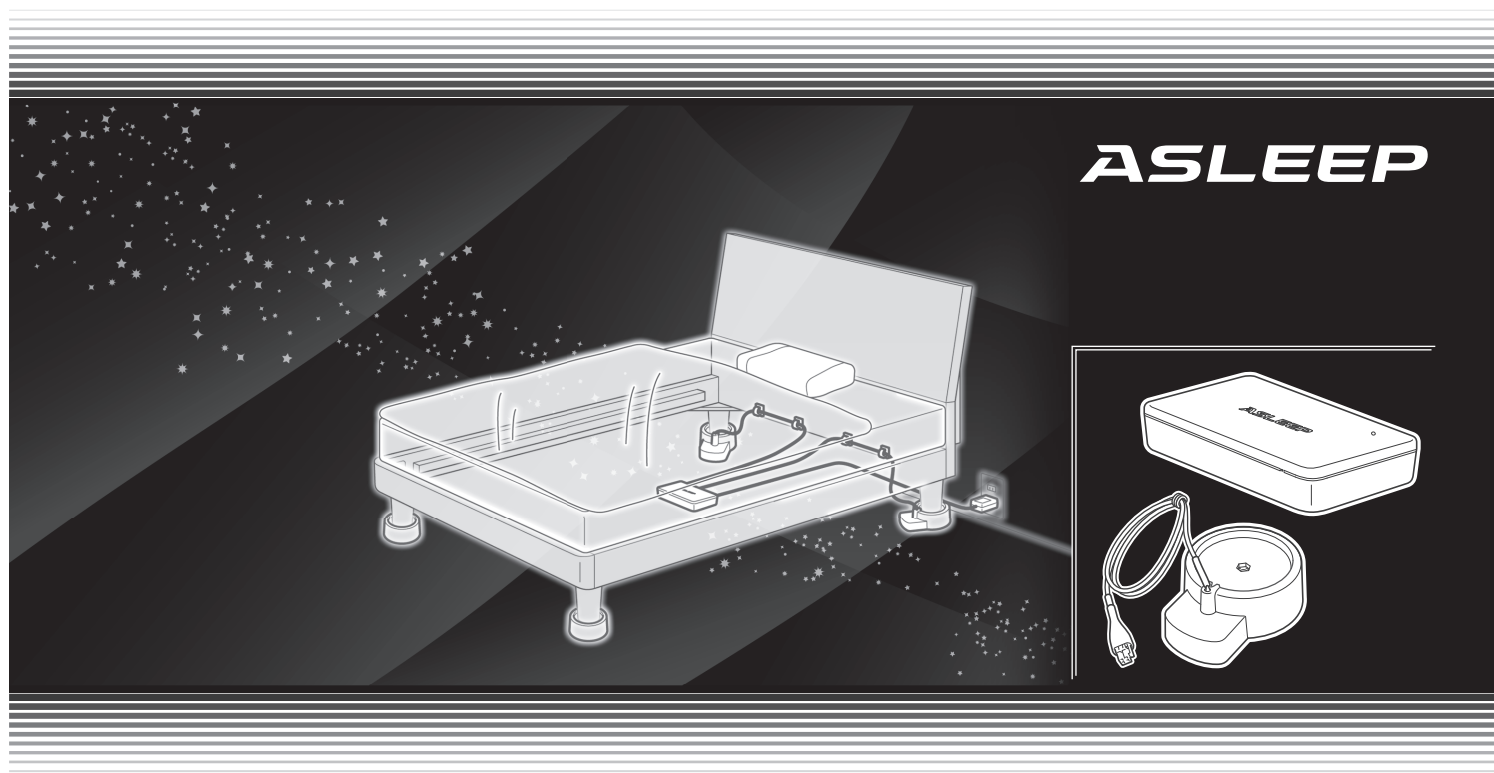
ねむりモニター
取扱説明書 家庭用

型式：FA0111X

このたびは当社のねむりモニターをお買い上げいただき、誠にありがとうございます。

●本製品を取り扱う前に、必要に応じて、この取扱説明書をお読みください。
●本書の内容は、将来予告なく変更することがあります。
●本書に記載してあるウェブ画面、アプリ画面は実際の表示と異なる場合があります。

目次

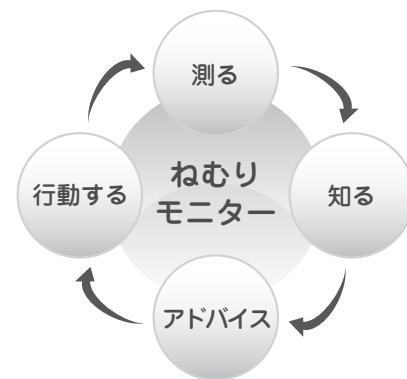
本製品の特長

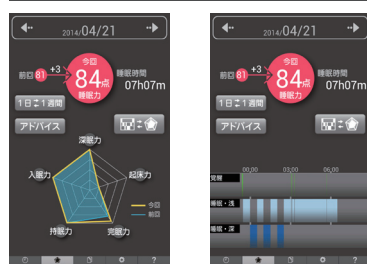
あなたの眠りを測定・分析し、アドバイスを提供します

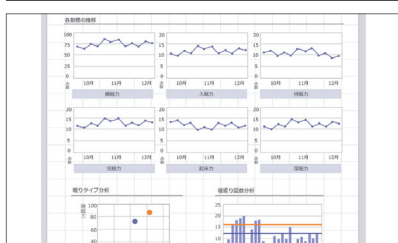
・ベッドの脚部にセンサーを取り付けることで、寝心地を損なわず、手間をかけることなく日々の眠りを見える化します。

・睡眠中の体動をセンサーでとらえ睡眠、覚醒を測定･解析･記録します。

・寝つき、眠りの深さ、寝起きなど5つの指標(入眠力、 深眠力、起床力、完眠力、持眠力)をもとにあなたの眠りを採点します。

・自分の眠りの状態や傾向を知ることで健康づくりのきっかけにすることができます。

測る 毎日続けられる	• 設定は1回のみ。あとは寝るだけで自動測定できます。 • センサーはベッドの脚に付けるだけで、寝心地を妨げません。
知る 眠りをきちんと知る	• あなたが寝ている間に眠りを測定･解析します。 • 1日、1週間、1か月、それぞれの眠りのデータが見られます。
アドバイス 多様なアドバイス	• あなたの眠りに合わせた200種類以上のアドバイスを提示します。
行動する 少しずつ新しい朝へ	• 毎日続けることで、生活習慣を見直すきっかけづくりにすることができます。

1日の結果

1週間の結果

1か月の結果

1か月採点、月別トレンド、寝返り回数、睡眠タイプ etc　※マイページでの閲覧のみ

離れてすごす家族をそっと見守り、安心と気づきを提供します

・眠りの状態から、まるで近くで見守るようにさりげなく家族の状態を確認できます。(測定データは３０分ごとに更新されます)

・前日の眠りの状態を指定メールアドレスにメールが配信されます。

・生活リズムに変化があった場合、家族などが早めに気が付くことができます。

さりげない見守り	• ベッドに取り付ける製品なので、違和感をもたせずに見守ることができます。
いつでも見守り	• 眠りや離床の情報をスマートフォンやタブレット端末から測定期間内の見たいときにご覧いただけます。
眠りも見守り	• 睡眠の深さやベッドから長く離床している状態などが分かるので、健康や生活リズムの変化につながる情報もご家族が確認できます。

※睡眠測定結果を見守るものであり緊急事態や安否を知らせるものではありません。
当社による安否確認や対応は行いませんので見守る方のご判断で行ってください。

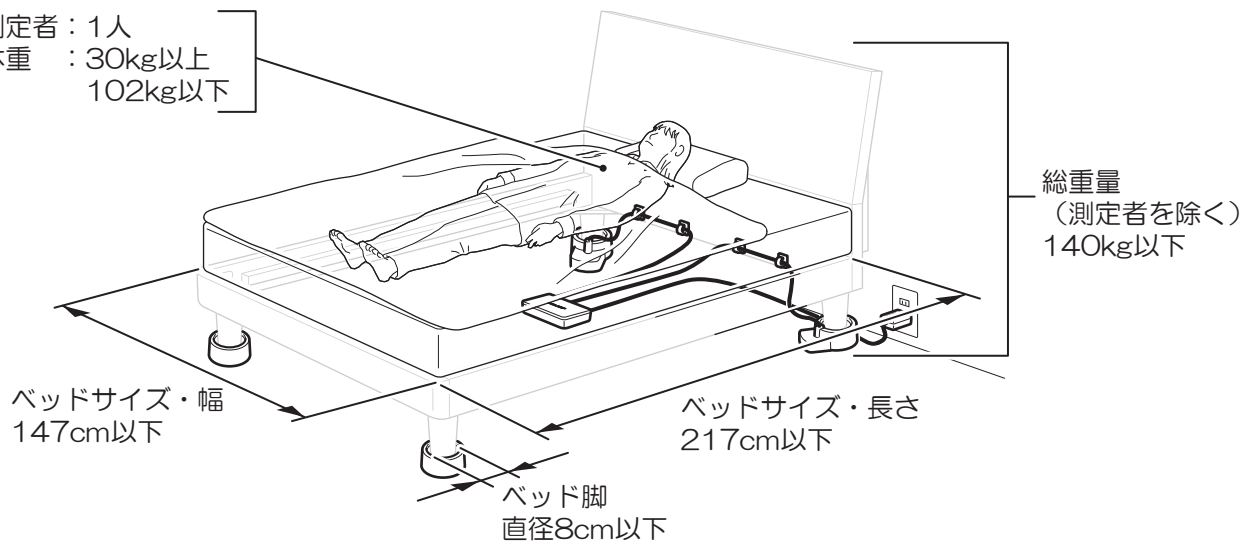
はじめにお読みください

本製品を使用するには、次の環境が必要です。
ご使用前に、必ず使用環境を満たしていることをご確認ください。

●本製品は、次の条件の場合、使用できません。

・四本脚以外のベッド
・ベッド脚が直径8cmの円に納まらないベッド
・ベッドフレーム、マットレス、寝具合わせて総重量140kgを超えるベッド
・リクライニング機能付ベッド、バイブレータ付ベッド、二段ベッド、ロフトベッド
・中身が流動するマットレス（ジェルマットレス、ウォーターマットレス等）
・本製品1台につき2人以上の測定、またはペットとの測定

●本製品は、次の条件の場合、正しい測定ができない可能性があります。

・ダブルサイズより大きいサイズ（ベッドサイズ・幅147cm、長さ217cmを超えるサイズ）のベッド
・脚付自立手すりなどの付属品が付いているベッド
・振動の多い場所への設置
・体重が30kg未満、または102kgを超える測定者

●スマートフォンまたはタブレット（以下、本書ではまとめて「携帯端末」と表記します）に「ねむりモニターアプリ」（以下、本書では「アプリ」と表記します）をインストールする必要があります。対応するOSは、Android OS、またはiOSです。推奨のOSの詳細は下記アドレスをご参照ください。
http://www.asleep-bedroom-project.com/product/guide/
推奨のOS以外ではアプリが正常に起動しない可能性があります。

●インターネット回線への接続環境が必要となります。
インターネット接続時に発生する通信料はお客様のご負担となります。

●通信プロトコル IEEE802.11bに対応しているWi-Fi接続可能な無線LANルーター、Wi-Fiルーター等（以下、本書ではまとめて「無線LANルーター」と表記します）を別途ご用意していただく必要があります。
Wi-Fi環境がない方は、パソコンショップ等でWi-Fi環境の導入をご検討ください。
Wi-Fi環境導入にかかる費用はお客様のご負担となります。

●「ねむりモニター マイページ」（以下、本書では「マイページ」と表記します。P.8およびP.18をご参照ください。）への会員登録が必要となります。

安全上のご注意

誤った取扱いをしたときに生じる危害や損害を未然に防止するための安全上の注意事項です。
よくお読みの上、必ずお守りください。

警告	誤った取扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示しています。
	誤った取扱いをすると、人が傷害を負う可能性や物的損害の発生が想定される内容を示しています。

図記号の意味

	必ずやっていただく行為(強制)を表しています。
	してはいけない行為(禁止)を表しています。

警告	
(強制)	**本製品は睡眠障害等の病気を診断する装置ではありません。測定結果の自己診断、治療は危険です。必ず医師か専門家の指導を受けてください。** 自己診断は健康を害する原因になります。
	植込み型医療機器の装着者は、携帯端末を植込み型医療機器の装着部から15cm程度以上離す。 植込み型医療機器の作動に影響を与える場合があります。
(禁止)	**人命に直接的または間接的に関わる医療システムなど、高い安全性が要求される用途に使用しない。** 生命、身体の安全を損ねる場合があります。
	AC100V以外で使用しない。 火災の原因になります。
	コード類を傷つけたり、破損したり、加工したり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、束ねたり、物をのせたり、挟み込んだりしない。 感電・火災の原因になります。
	ぬれた手で電源プラグ、コードのコネクタに触れない。 感電の原因になります。
	解析ボックス、センサーや電源プラグに水や洗剤、薬品をかけない。 感電・火災の原因になります。
	ストーブやヒーターなどの暖房機器に近づけすぎない。 火災の原因になります。
	自分で修理・分解・改造はしない。 感電・火災・異常動作の原因になります。
	専用のACアダプタ以外は使用しない。 火災・故障の原因になります。
	長期間使用しない場合は、コンセントからＡＣアダプタを抜く。 感電・火災の原因になります。
	タコ足配線はしない。 火災の原因になります。

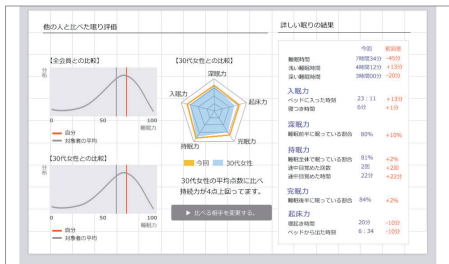
⚠ 警告	
🚫	**電源プラグやコード類が傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない。** 感電・ショート・火災の原因になります。
❗	**電源プラグのホコリは定期的にふき取り、根元まで差し込む。** 絶縁不良となり、火災の原因になります。
	電源プラグを抜くときは先端の電源プラグを持って抜く。 傷んで感電・火災の原因になります。

⚠ 注意	
❗	**ベッド下の空間が広くなるので子供が入り込まないように注意する。** ケガや事故の原因になります。
	ベッドを移動するときは、センサー、スペーサーから一旦ベッド脚を降ろし、コードの配線を外してから、引きずらないように、2人以上で持ち上げて移動する。 ケガ・故障・床面のキズの原因になります。
	ベッド脚がセンサー、スペーサーに正しく乗っている状態で使用する。 ケガや事故の原因になります。
	本製品を落としたり、重いものを乗せたり、強いショックを与えたり、圧力をかけたり、破損したまま使用したりしない。 ケガや故障の原因になります。

お願い
PLMD(周期性四肢運動障害)、RLS(むずむず脚症候群)、神経系の疾病患者の方は使用しないでください。 正しい測定ができません。
解析ボックス、センサーのコネクタには異物を入れないでください。 故障の原因になります。
電波障害を受けやすい電子機器等は本機からの電波障害がないことを確認して使用してください。 故障の原因になります。

電波に関するご注意

本製品は2.4GHz帯域の電波を使用しています。
この周波数帯では電子レンジ等の産業・科学・医療用機器のほか、他の同種無線局、工場の製造ライン等で使用される移動体識別用構内無線局、および免許を要しない特定小電力無線局、アマチュア無線局(以下、「他の無線局」と略す)が運用されています。

1. 本製品を使用する前に、近くで「他の無線局」が運用されていないことを確認してください。
2. 万一、本製品と「他の無線局」との間に電波干渉が発生した場合は、使用場所を変えるか、または機器の運用を停止(電波の発射を停止)してください。

・本製品に表示した [2.4 DS 4 ▬▬ ▬▬ ▬▬] は、次の内容を示します。

2.4	使用周波数帯域	2.4GHz帯
DS	変調方式	DS-SS方式
4	想定干渉距離	40m以下
▬▬ ▬▬ ▬▬	周波数変更の可否	全帯域を使用し、かつ移動体識別装置の帯域を回避可能であること

ねむりモニターの使い方

睡眠結果の閲覧方法を選択する

本製品は睡眠結果の閲覧方法によって得られる情報が異なります。下記表を確認の上、「マイページ」、「アプリ」のどちらにするか選択してください。入力は「マイページにねむりモニター利用情報を入力する」(P.19)で行います。

睡眠結果の閲覧方法	マイページ
閲覧端末	インターネットにアクセスできる情報端末※3 （スマートフォン、タブレット、パソコン等）
主な閲覧内容	• 1日/1週間/1か月の睡眠力・眠りの深さ • 1週間/1か月の睡眠リズム • 睡眠結果に応じた詳細なアドバイス
プレミアムサービス（有料）※1	• 他者との比較 • 1日/1週間/1か月の詳細分析 • 眠りのタイプ分析 • 寝返り回数 • 寝位置分析　等
見守りサービス（有料）※1	① 指定した時刻に就寝・起床時刻や睡眠時間をメールにて受信 ② 30分ごとに更新される測定データを「マイページ」で確認
結果保存先	当社が管理するクラウドサーバー
結果保管期間※2	過去6か月分 （過去5年分まで延長可能）※1

※1：プレミアムサービス(有料)へのご加入が必要です。
　　プレミアムサービスは、購入後初めて「設定する」(P.17)を行ってから6か月間は無料でお使いいただけます。プレミアムサービスの詳細はマイページの「お客様サポート」の「ヘルプ」をご覧ください。
※2：ねむりモニター自体には3日分の測定データが保存されます。
　　詳細は「測定データをねむりモニターから送信する」(P.31)をご参照ください。
※3：アプリで結果を閲覧することはできません。

オススメ

以下の条件に当てはまる方は睡眠結果の閲覧方法に「マイページ」を選択することをおすすめします。

- 結果をパソコン等の大画面で見たい。
- どの端末からでも結果を見たい。
- 睡眠結果の情報をより詳しく知りたい。
- 1か月以上過去の結果を閲覧したい。
- 毎回測定データを吸い上げるのが面倒。

睡眠結果の閲覧方法	アプリ
閲覧端末	アプリをダウンロードした携帯端末のみ※4
主な閲覧内容	• 1日/1週間の睡眠力・眠りの深さ • 1週間の睡眠リズム • 睡眠結果に応じた簡易アドバイス
プレミアムサービス(有料)※1	ご利用できません
見守りサービス(有料)※1	ご利用できません
結果保存先	アプリをダウンロードした携帯端末※4
結果保管期間※2	過去1か月分

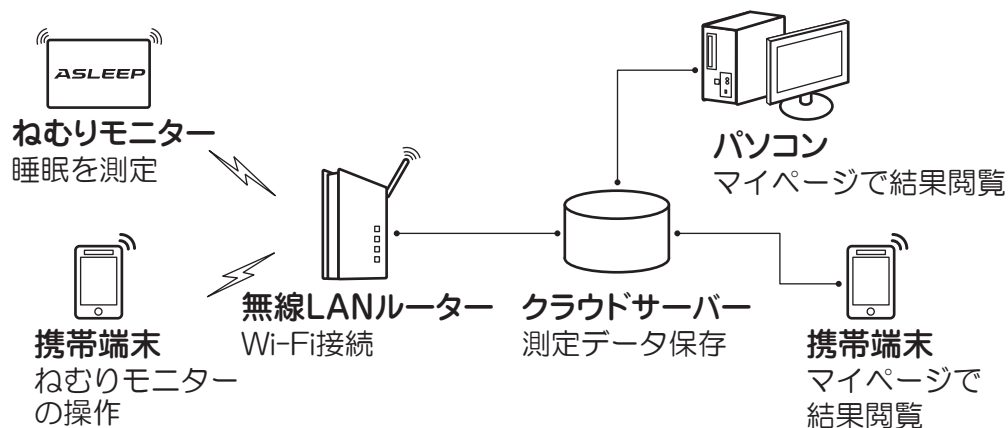
※4：携帯端末を変更した場合、以前の結果を閲覧することはできません。

ご注意

- 睡眠結果の閲覧方法は途中で変更することはできますが、それまでに測定されたデータは他の睡眠結果の閲覧方法へ移行することはできません。
- 睡眠結果の閲覧方法の変更は、「睡眠結果の閲覧方法を変更する」(P.39)をご参照ください。

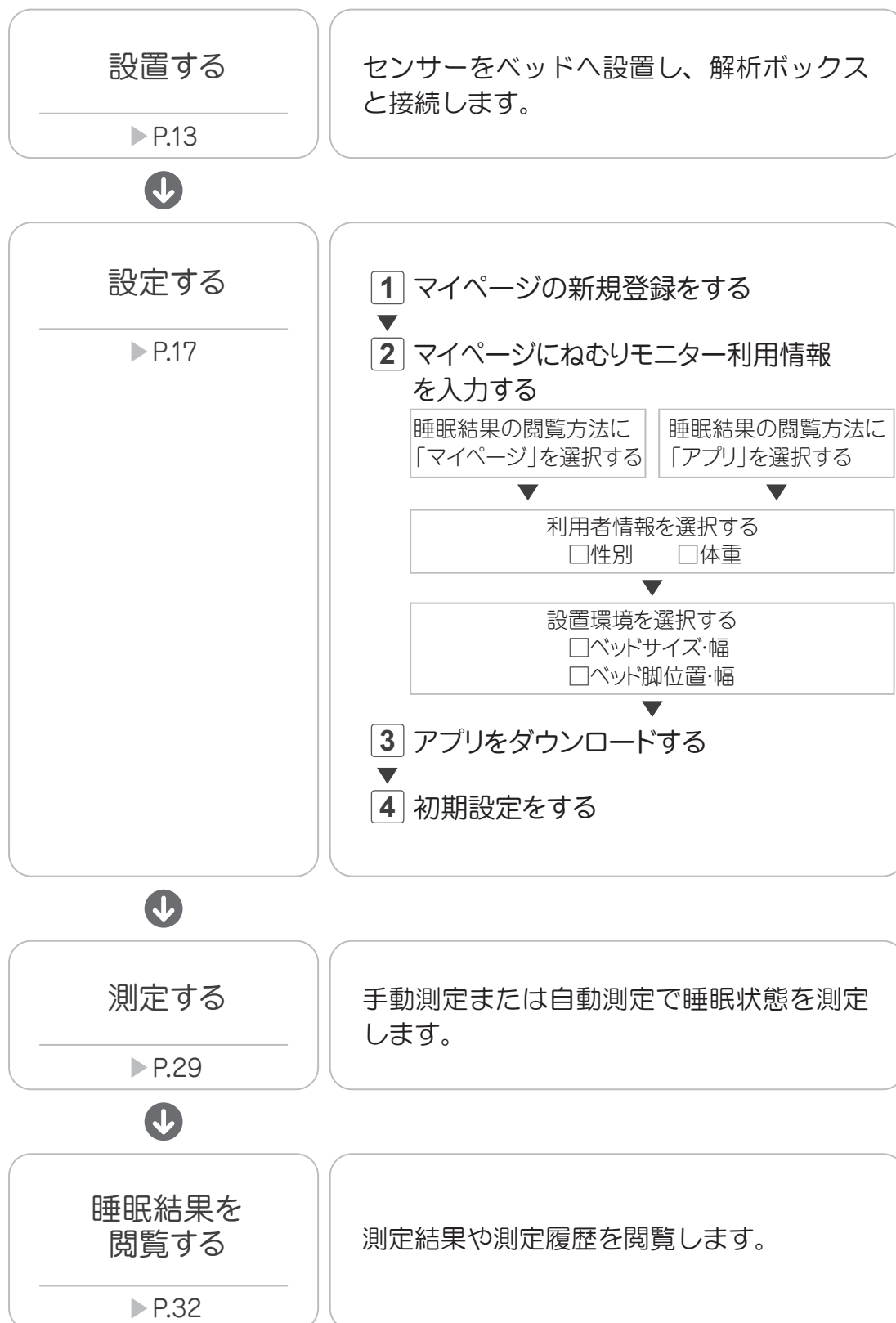
2 ねむりモニターの使用環境

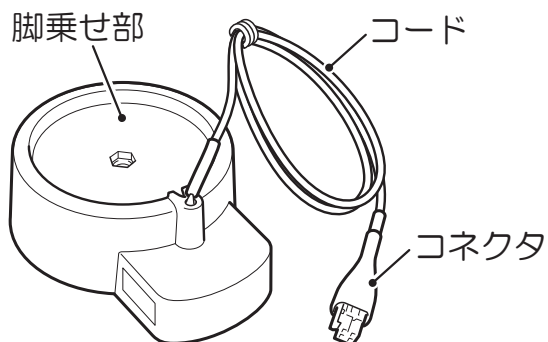
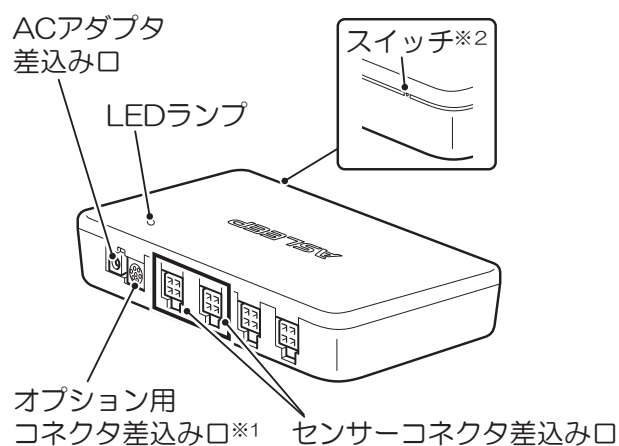
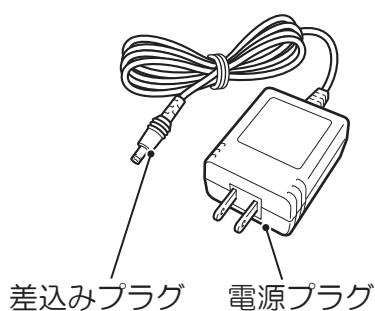
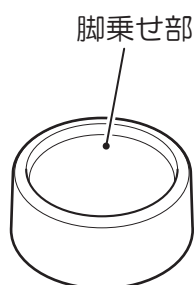
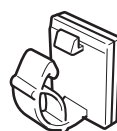
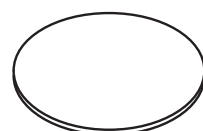
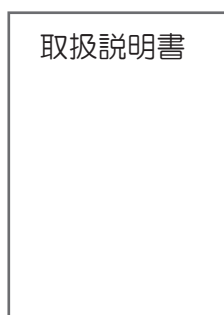
ねむりモニターをご使用いただくために、無線LANルーターを介し、ねむりモニターと携帯端末をWi-Fi接続します。

● 睡眠結果の閲覧方法で「マイページ」を選択した場合

● 睡眠結果の閲覧方法で「アプリ」を選択した場合

無線LANルーターとは
無線通信を利用したデータの送受信を行うための通信機器

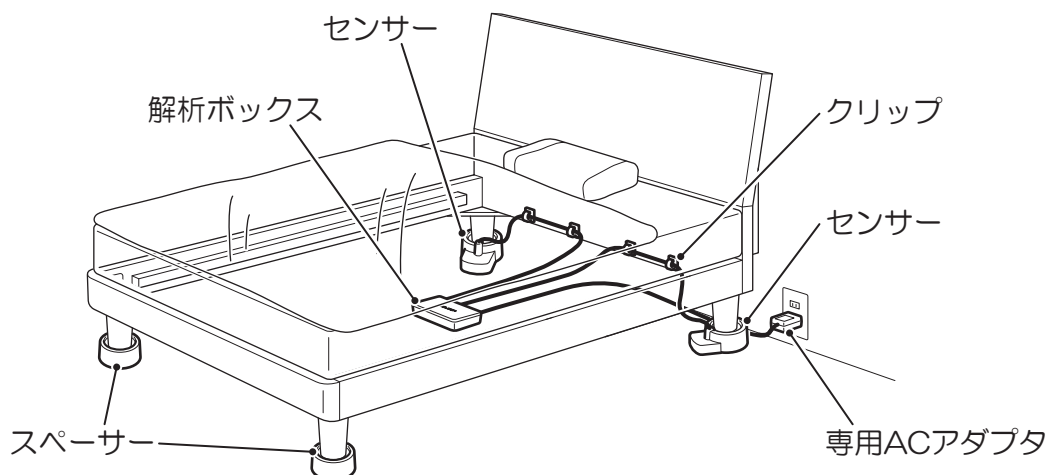
3 ご使用の流れ

設置する ▶P.13	センサーをベッドへ設置し、解析ボックスと接続します。
設定する ▶P.17	1 マイページの新規登録をする ▼ 2 マイページにねむりモニター利用情報を入力する 睡眠結果の閲覧方法に「マイページ」を選択する ▼ / 睡眠結果の閲覧方法に「アプリ」を選択する ▼ 利用者情報を選択する □性別 □体重 ▼ 設置環境を選択する □ベッドサイズ･幅 □ベッド脚位置･幅 ▼ 3 アプリをダウンロードする ▼ 4 初期設定をする
測定する ▶P.29	手動測定または自動測定で睡眠状態を測定します。
睡眠結果を閲覧する ▶P.32	測定結果や測定履歴を閲覧します。

各部のなまえ

本製品を使用する前に、製品内容を確認してください。

※1 拡張機器接続時に使用します。ねむりモニターのみで使用する場合は、オプション用コネクタ差込み口は使用しません。

※2 工場出荷状態に戻す場合(5秒以上長押し)、LEDランプを表示する場合(短押し)に使用します。

スイッチに関しては、P.46およびP.49をご参照ください。

設置する

上記のイラストは各部品の設置イメージです。
イラストを参考にしながら、以下の手順に従って各部品の設置および接続をしてください。
ベッドの組立・分解方法はベッドの取扱説明書を確認してください。

1 ねむりモニターの設置場所を確認します。

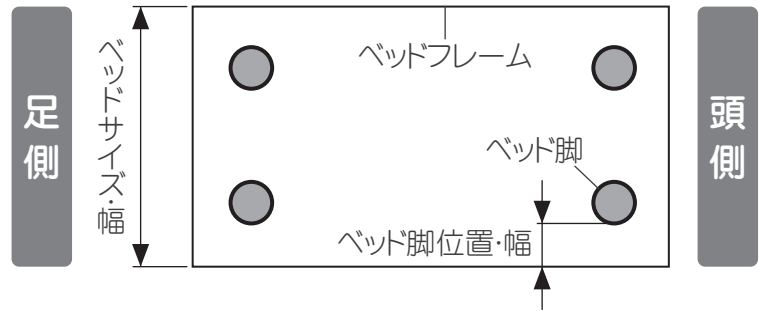
以下の条件を満たす場所に設置してください。
守らないと正しい測定ができません。

- 平らな床面
  ※ベッド脚が浮くような敷物は使用しないでください。
- ベッドやマットレスが壁に触れない場所
- センサー、スペーサーが壁や家具と触れない程度の隙間を空けてください。

2 使用するベッドのマットレスや床板などを外します。

設置の際にベッドを持ち上げるため、できる限りベッドの重量を軽くしておきます。

3 「マイページにねむりモニター利用情報を入力する」(P.19)で選択する設置環境をメモします。

以下に示す「ベッドサイズ・幅」と「ベッド脚位置・幅」を測り、チェック欄に印を付けてください。

ベッドサイズ・幅

測定値	選択する項目	チェック欄
～90cm未満	スモールシングル	
90～110cm未満	シングル	
110～130cm未満	セミダブル	
130～147cm未満	ダブル	

ベッド脚位置・幅

選択する項目	チェック欄
0～5cm未満	
5～10cm未満	
10～15cm未満	
15～20cm未満	
20～25cm未満	
25～30cm未満	

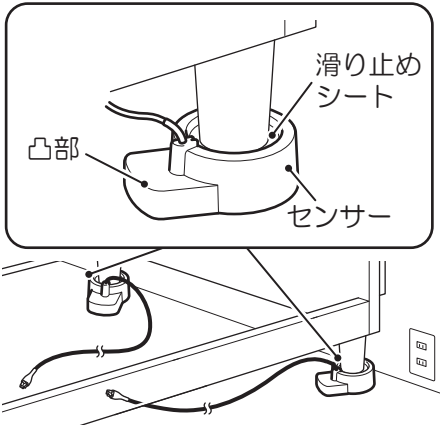
4 センサーの上に滑り止めシートを敷き、頭側のベッド脚下(2か所)にセンサーを設置します。

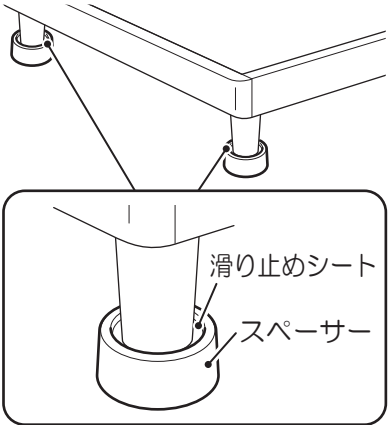
センサーの凸部がベッドの内側を向くように設置してください。
センサー中央にベッド脚を乗せてください。

⚠ 注意

手足を挟み込まない。
ケガの原因になります。

ご注意

センサー、スペーサーを設置するとベッドが4cm高くなります。

5 スペーサーの上に滑り止めシートを敷き、足側のベッド脚下(2か所)にスペーサーを設置します。

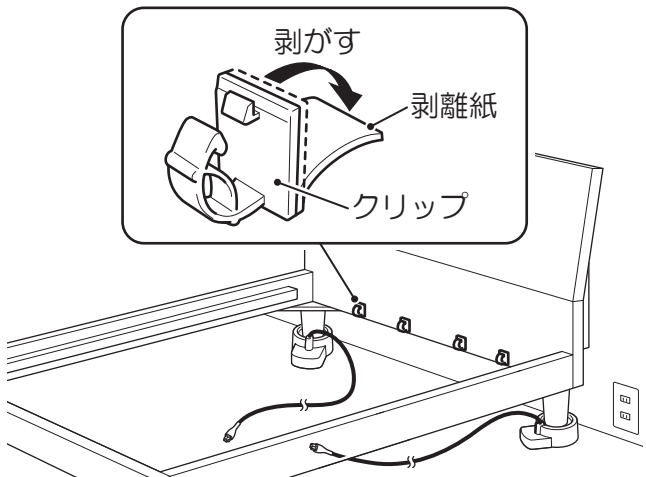
スペーサー中央にベッド脚を乗せてください。

6 ベッドにクリップを貼り付けます。

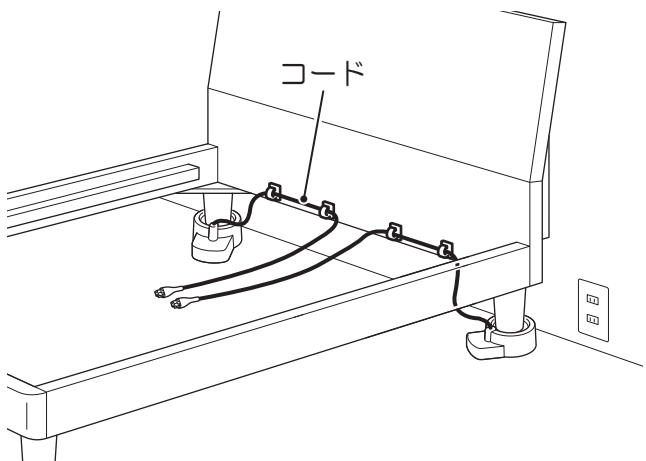
クリップの剥離紙を取って貼り付けてください。

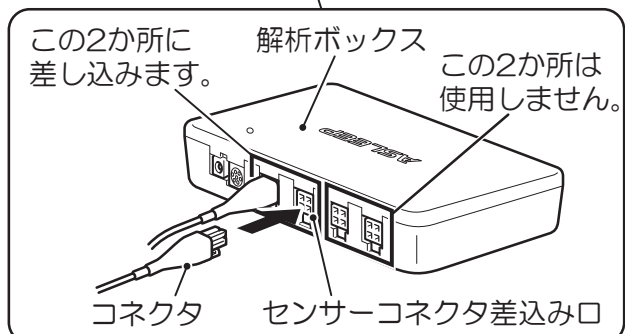
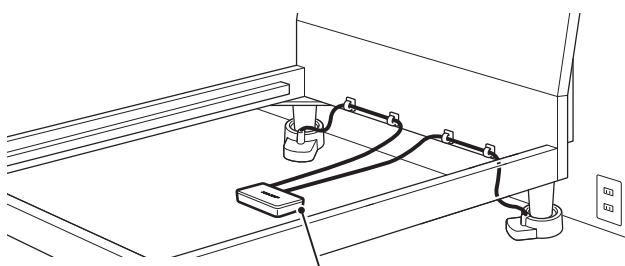
お願い

クリップは床板、マットレスに干渉しない位置に貼り付けてください。

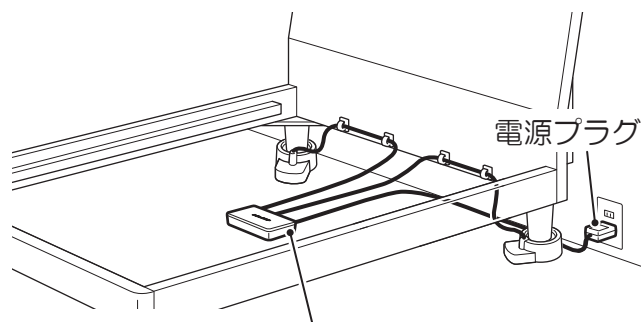
ご注意

クリップを貼りつけた部分は、クリップがはがれたときに、跡が残ったり、キズがつく可能性があります。

7 コードをベッドの内側に沿って配線し、クリップで固定します。

クリップはカチッと音がするまで押し込みます。

8 各センサーのコネクタを解析ボックスのセンサーコネクタ差込み口にロックがかかるまで差し込みます。

図で示すセンサーコネクタ差込み口に差し込んでください。どちらに差し込んでもかまいません。

9 専用ACアダプタの差込みプラグを解析ボックスのACアダプタ差込み口に差し込みます。

10 専用ACアダプタの電源プラグをベッドの下を通し、コンセントに差し込みます。

LEDランプがオレンジ色に点滅し、しばらく待つとオレンジ色に点灯します。
解析ボックスはじゃまにならない位置に置いてください。

お願い

- ベッド下を掃除する際は、ねむりモニターに当たらないように掃除してください。
- ねむりモニターを2台以上使用する場合、初期設定を行うねむりモニター以外の電源プラグはコンセントに差し込まないでください。

⚠ 警告	
	解析ボックス、ACアダプタをシーツやタオルなどで覆わない。 解析ボックス、ACアダプタの内部温度が高くなり、発熱による火災や故障の原因になります。

以上で、設置は終了です。

解析ボックスのLEDランプを確認する必要があるため、ベッドはこの状態のまま「設定する」(P.17)を行ってください。

設定する

設定の流れ

1

マイページの新規登録をする ▶P.18

アプリにログインするためのIDを取得します。

2

マイページにねむりモニター利用情報を入力する ▶P.19

マイページへ測定に必要な情報を入力します。
・睡眠結果の閲覧方法（マイページかアプリを選択）
・利用者情報（性別、体重）
・設置環境（ベッドサイズ･幅、ベッド脚位置･幅）

3

アプリをダウンロードする ▶P.19

4

初期設定をする ▶P.20

測定に必要な設定を行います。
・ねむりモニターと携帯端末をWi-Fi接続する ▶P.21
・ねむりモニターの通信設定をする ▶P.22
・時刻の設定をする ▶P.23
・測定方法（手動/自動）を選択する ▶P.24
・ベッド基準値を設定する ▶P.27
・センサー位置を設定する ▶P.28

1 マイページの新規登録をする

ねむりモニターを使用するためには、あらかじめマイページに会員登録をする必要があります。
以下の手順に従って、マイページの新規登録をしてください。
新規登録は携帯端末またはパソコンから行ってください。
※新規登録はどちらの睡眠結果閲覧方法を選択した場合でも行ってください。

マイページとは
ねむりモニターの詳しい測定結果、各種機能、睡眠に関する情報をインターネットで確認することができるお客さま専用のページです。

1 「ASLEEP BEDROOM PROJECT」のウェブページにアクセスします。

http://www.asleep-bedroom-project.com
QRコードを利用する場合は、右記のQRコードを読み取ってください。

2 マイページ をクリックします。

3 表示された画面で「新規会員登録」をクリックし、以降、画面に従って、会員登録を行います。

会員登録時に入力する生年月日は睡眠測定の結果に影響しますので正確な値を入力してください。

ID	
パスワード	

ご注意

・会員登録時に設定したIDとパスワードはメモなどに残して、大切に保管してください。本情報は、アプリのログイン時にも使用します。IDやパスワードを忘れた方はマイページでIDやパスワードの再設定を行ってください。
・ねむりモニターは1台につきIDが一つ必要になります。複数のねむりモニターをご使用の場合、1台目の会員登録終了後、2台目以降新たに会員登録してIDを取得してください。

2 マイページにねむりモニター利用情報を入力する

ねむりモニター利用情報の入力は携帯端末またはパソコンから行ってください。

1 「1 マイページの新規登録をする」(P.18)の 1 2 を行い、マイページにログインし、❓お客様サポート をクリックします。

お客様サポートページが表示されます。

2 ねむりモニター登録・変更 をクリックします。

3 画面に従って、ねむりモニター利用情報を入力します。

下記情報は睡眠測定の結果に影響しますので正しく選択してください。

●睡眠結果の閲覧方法
　マイページかアプリを選択

> 睡眠結果の閲覧方法はP.8、およびマイページ内の「お客さまサポート」⇒「ヘルプ」をご確認の上、選択してください。

●利用者情報
　□性別　□体重

●設置環境
　□ベッドサイズ・幅　□ベッド脚位置・幅

> 「ベッドサイズ・幅」と「ベッド脚位置・幅」はP.14でメモした値を選択してください。

※1 プレミアムサービスは初回登録から6か月間無料でご利用できますので申し込みの必要はありません。無料期間終了後も継続される方は、無料期間終了前に配信されるメールに従って上記の「プレミアムサービス申込」から申し込みを行ってください。

> ※2 見守りサービスおよび睡眠の詳細分析サービスご利用の方は、ねむりモニターの初期設定(P.20〜P.28)終了後、上記の「プレミアムサービス登録・変更」から必要情報を入力して登録してください。

3 アプリをダウンロードする

お使いの携帯端末に合った方法でアプリをダウンロードします。

App StoreまたはGoogle Playから「ねむりモニター」で検索すると、右記のアイコンのアプリを見つけることができます。
アプリのダウンロードを行ってください。

4 初期設定をする

設定前にお読みください

・無線LANルーターをご用意ください。
・初期設定前に解析ボックスの電源プラグをコンセントに差し込んでおいてください。
・初期設定は初回起動時のみ行います。
・初期設定はマイページで登録したIDを必要とします。
・携帯端末の設定を変更するために、アプリを閉じてもかまいません。開き直せば前回の続きから行えます。
・アプリ画面の 戻る をタップすれば前の画面に戻れます。
・初期設定はねむりモニターに記録されます。ここで設定した内容を変更したい場合は「設定を変更する」(P.34)から変更することができます。

ご注意

・携帯端末のWi-Fi接続方法、無線LANルーターのSSIDの調べ方等は、各機器の取扱説明書、ホームページをご確認ください。
・複数のねむりモニターをご使用の方は、最初に設定するねむりモニター以外の電源プラグをコンセントから抜いておいてください。
1台目の初期設定が終了してから2台目以降の解析ボックスの電源プラグをコンセントに差し込んでください。その後アプリに2台目以降のIDでログインして、2台目以降の初期設定を行ってください。
※同一のIDで複数のねむりモニターを設定することはできません。
※測定者が変わるなどで、別のIDで設定を行う場合は、まず「ねむりモニターを初期化する」(P.46)、「ねむりモニターの機器認証解除を行う」(P.47)を行います。次に電源プラグを差し直してから設定を行ってください。
・設定中にエラーダイアログが表示された場合、設定内容に誤りがないか確認してください。

4
つづき

ねむりモニターと携帯端末をWi-Fi接続する

1 携帯端末のアプリを起動し、ログインします。

利用者IDとパスワードは、会員登録時に設定したID、パスワードと同じです。
初期設定画面が表示されます。まだ検索はタップしないでください。

お願い

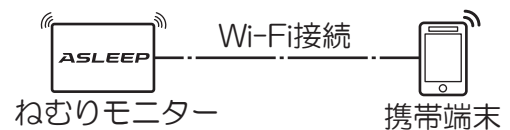
アプリに再ログインするごとにログイン画面で利用者ID、パスワードを入力してください。

2 アプリを閉じ、携帯端末の設定画面を開き、Wi-Fi接続をONにします。

Wi-Fiとは
Wi-Fi Allianceが接続を保証している無線通信でデータの送受信を行うシステム

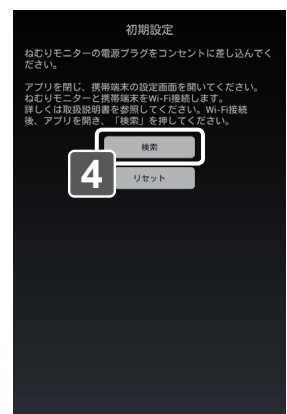
3 携帯端末の設定画面で、Wi-Fi接続先に下記のとおりねむりモニターのSSIDを選び、パスワードを入力し、セキュリティの種類を選択します。

ねむりモニターのSSID　：asleep-ssid(半角)
ねむりモニターのパスワード　：asleep-key(半角)
セキュリティの種類　：WPA2

ご注意

お使いの携帯端末によってはSSIDを「名前」と表現している場合があります。
詳細は携帯端末の取扱説明書、ホームページでご確認ください。

SSIDとは
無線のアクセスポイントに設定されている識別のためのID

4 アプリを開き、初期設定画面で 検索 をタップします。

ねむりモニターの通信設定画面が表示されます。

ねむりモニターの通信設定をする

あらかじめ、使用する無線LANルーターのIEEE802.11bに対応したSSIDとパスワード、セキュリティの種類を調べます。
無線LANルーターのDHCP機能を有効にします。

ご注意

- お手持ちの無線LANルーターのSSID等の調べ方、操作方法は無線LANルーターの取扱説明書、ホームページをご確認ください。
- 無線LANルーターの設定で通信制限、接続台数制限、ブロードキャスト(UDP)制限を行っている場合、解析ボックスとの接続ができない場合があります。必要に応じて設定を変更してください。

DHCP機能とは
ネットワークに接続するのに必要な情報を自動的に割り当てる機能

1 アプリの通信設定画面でお客様の無線LANルーターのSSIDとパスワードを入力し、入力したSSIDにあったセキュリティを以下から選択します。

・WPA2　・WPA　・WEP　・なし

2 DHCPを ON にします。

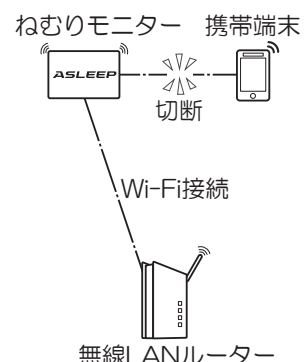
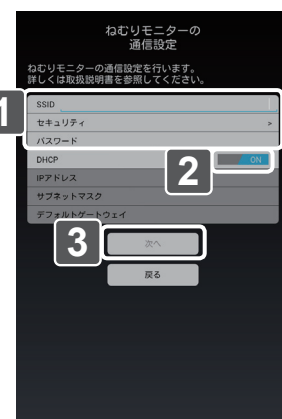
ねむりモニターの通信情報を取得します。

お願い

無線LANルーターのDHCP機能を使わない方は、DHCPを OFF にし、ねむりモニターに割り当てるIPアドレス、サブネットマスク、デフォルトゲートウェイを直接入力してください。

3 次へ をタップします。

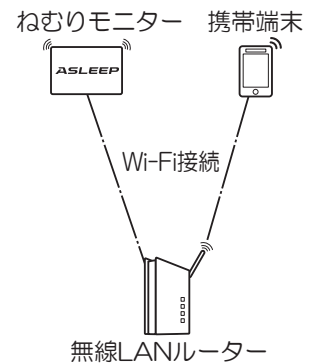
画面が切り替わります。

ねむりモニターと無線LANルーターがWi-Fi接続され、ねむりモニターと携帯端末のWi-Fi接続が切断されます。

4
つづき

4 アプリを閉じ、携帯端末の設定画面を開き、Wi-Fi接続をONにし、接続先に1で入力したお客様のSSIDを選択します。

解析ボックスのLEDランプをご確認ください。
緑点灯・・・・・・・ 接続完了
オレンジ点滅・・・ 接続中
（しばらくお待ちください。
5分程度、変化がない場合※）
赤/緑交互点滅 ・・ 接続不良※

※無線LANルーターの電源をご確認ください。または、1で入力した無線LANルーターの情報が間違っている可能性があります。アプリ画面の「リセット」をタップし、「ねむりモニターを初期化する」(P.46)を行います。電源プラグを差し直し、LEDランプがオレンジ色に点灯してから「初期設定をする」(P.20)を最初からやり直してください。

ご注意

お使いの携帯端末によってはSSIDを「名前」と表現している場合があります。
詳細は携帯端末の取扱説明書、ホームページでご確認ください。

5 アプリを開き、画面の 検索 をタップします。

時刻設定画面が表示されます。

6 ベッドを元に戻します。

床板を取り付け、マットレスや寝具などを整えてください。

お願い

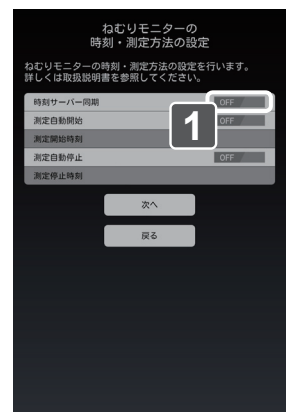
設置完了後に以下のことを確認ください。
- ベッド脚全てが浮いていない。
- ベッド脚がセンサー、スペーサーの中心付近にある。
- 滑り止めシートのめくれがない。
- コードが脚に引っかからないように配線してある。

時刻の設定をする

ねむりモニターの時計を現在の時刻に合わせます。

1 時刻サーバー同期をONにします。

※ねむりモニターの電源を入れたとき、および毎日正午を迎えるごとに時刻を自動的に合わせます。
※時刻サーバー同期をOFFの状態で、停電および電源プラグが抜け、復帰した場合は測定できませんので、アプリに再ログインしてください。

4
つづき

測定方法(手動/自動)を選択する

P.25、P.26を参照の上、測定スタート、測定ストップを手動/自動のどちらにするか選択してください。

測定方法について

測定のスタート、ストップはそれぞれ手動/自動を設定することができます。

※ 離れた場所からの手動測定はできません。見守りサービスをご利用の方は、自動測定(スタート、ストップ)を選択してください。

●測定スタートについて

「手動スタート」: アプリで測定STARTをタップして、測定を開始します。
「自動スタート」: 毎日、あらかじめ設定した時刻に測定を開始します。

●測定ストップについて

「手動ストップ」: アプリで測定STOPを3秒間長押しして、測定を停止します。
「自動ストップ」: 毎日、あらかじめ設定した時刻に測定を停止します。

1 測定スタートの手動/自動を選択します。

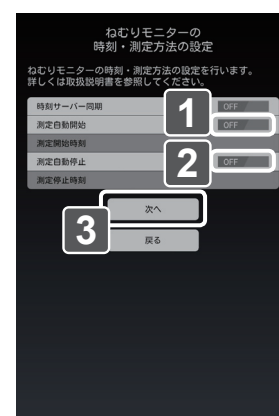
● 測定スタートを手動にする場合

測定自動開始を OFF にします。

● 測定スタートを自動にする場合

測定自動開始を ON にし、測定を開始する時刻を設定します。

お願い

自動スタートで設定する時刻は、通常、寝始める時刻より余裕を持って早めに設定してください。

2 測定ストップの手動/自動を選択します。

● 測定ストップを手動にする場合

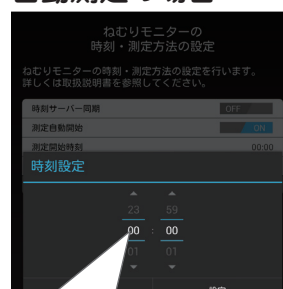
測定自動停止を OFF にします。

● 測定ストップを自動にする場合

測定自動停止を ON にし、測定を停止する時刻を設定します。

お願い

自動ストップで設定する時刻は、通常、起床する時刻より余裕を持って遅めに設定してください。

自動測定の場合

設定したい時刻に合わせ、設定 をタップします。

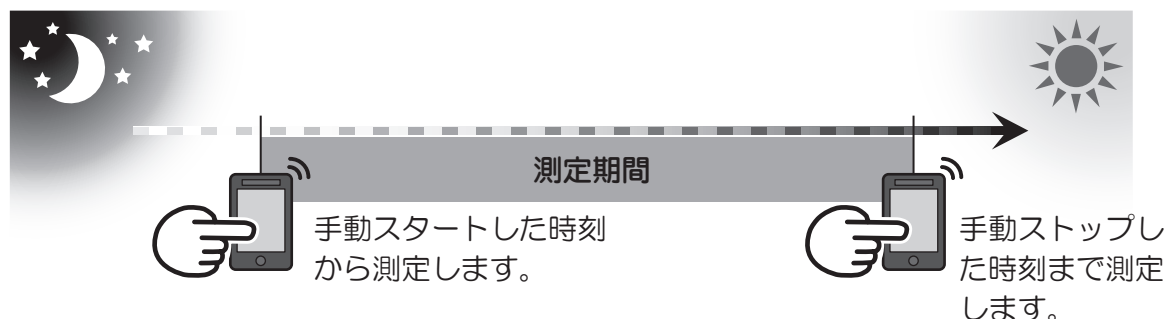
3 次へ をタップします。

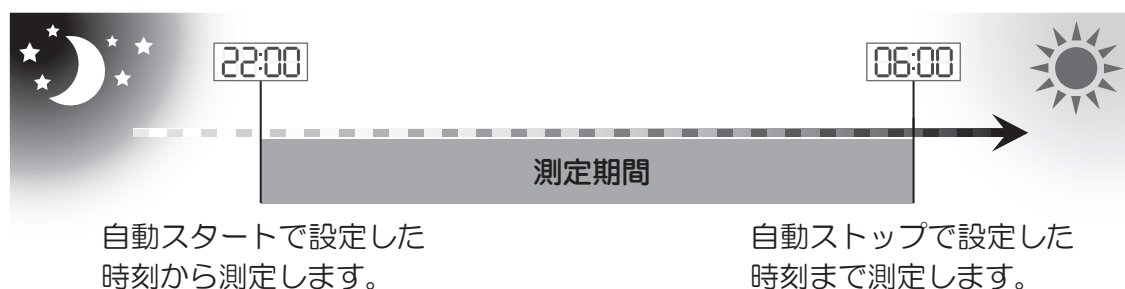
ベッド基準値設定画面が表示されます。

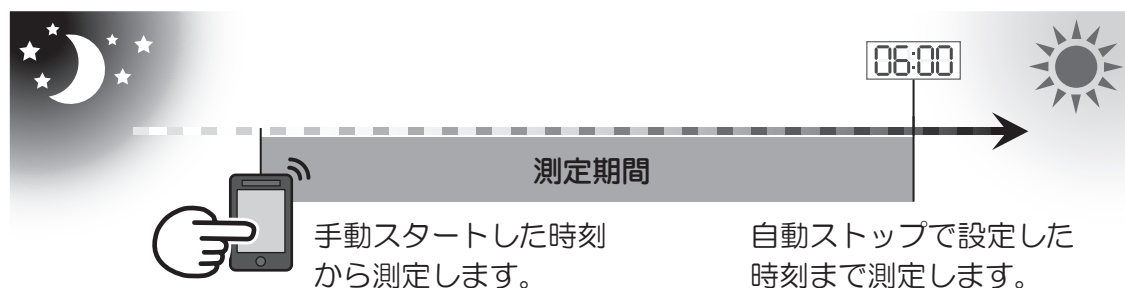
つづき

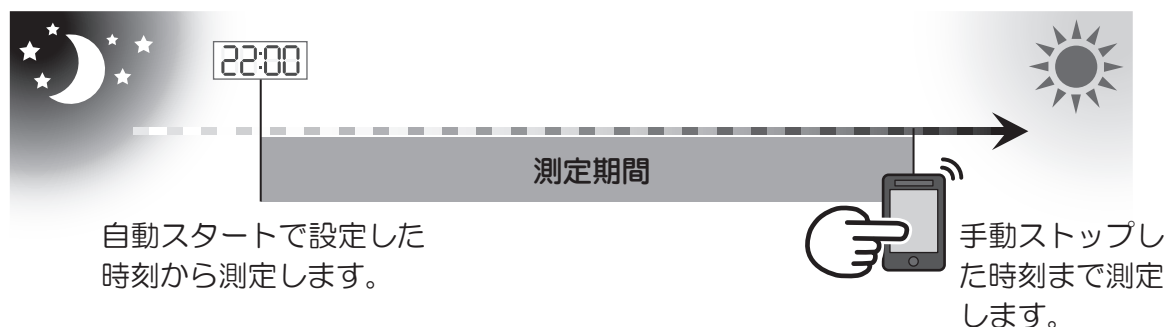
測定方法の組み合わせについて

● **手動スタート、手動ストップ**

睡眠する時間帯が不規則な場合、この方法で測定してください。

● **自動スタート、自動ストップ**

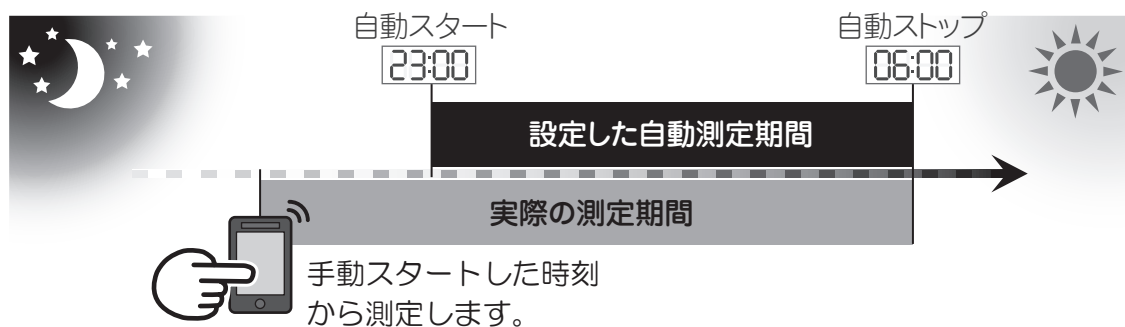
睡眠する時間帯が規則正しい場合、この方法で測定してください。

● **手動スタート、自動ストップ**

寝入り時間が不規則で、起床時間が規則正しい場合、この方法で測定してください。

● **自動スタート、手動ストップ**

寝入り時間が規則正しく、起床時間が不規則の場合、この方法で測定してください。

選択した測定方法と異なる操作をした場合について

ご注意

操作後に選択していた測定方法が変更されることはありません。
次回からも選択した測定方法で測定を行います。

● **自動スタートの設定以前に手動スタートした場合**

● **自動ストップの設定以前に手動ストップした場合**

● **手動ストップ設定で、手動ストップを忘れた場合**

測定スタートから23時間後までを測定期間とします。

設定する

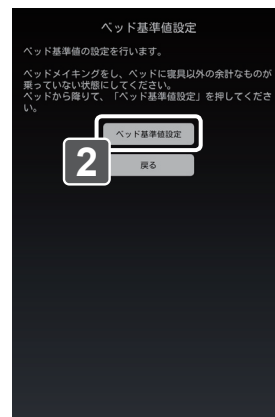
ベッドの基準値を設定する

測定者を除いたベッドの状態をねむりモニターに記憶させます。

1 **ベッドメイキングをし、ベッドに寝具以外の余計なものが乗っていない状態にします。**

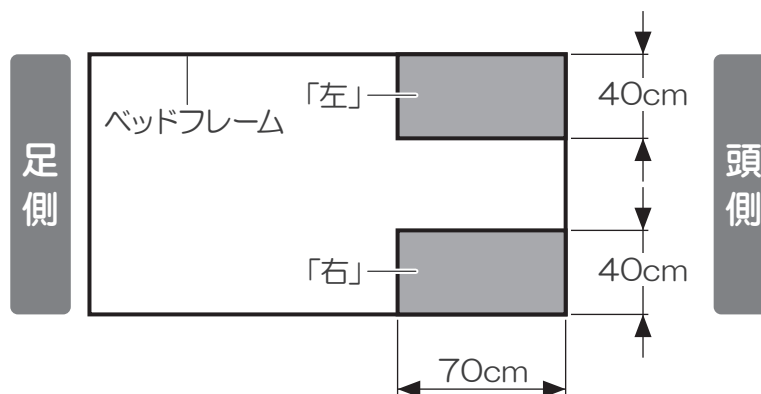
2 **ベッド基準値設定 をタップします。**

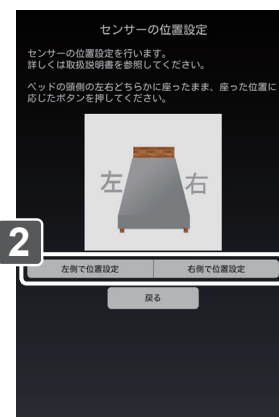
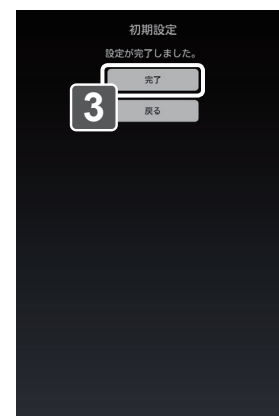
画面が位置設定画面に切り替わるまで、ベッドには触らないでください。

お願い

ベッドメイキングなどにより、ベッドの基準が変更された状態では正しい測定を行うことができません。以下のような場合は、測定の前にベッドメイキングをしてから「ベッド基準値を設定する」(P.36)を行うことをおすすめします。

- 寝具を変更するなどして、寝具の重さが5kg以上変動した場合
- マットレスを変更した場合
- ベッドを移動、変更した場合

センサーの位置を設定する

1 センサー位置を設定するため、図の左右のどちらかの範囲に座ります。

2 ベッドに座ったまま、座った位置を選択します。

左側で位置設定/右側で位置設定のどちらかのボタンをタップします。
約3秒経過して、設定完了画面が表示されるまではベッドに座ったままでいてください。

3 完了をタップします。

以上で、測定前に行う設定は終了です。

測定する

1 測定する

測定はP.24またはP.35で選択した測定方法(手動/自動)に従い行います。

ご注意

正しい測定をするため、以下の点にご注意ください。

- 被測定者は1人としてください。また、測定中に他の者やペットがベッドに乗らないようにしてください。
- 床に手足が着いた状態で測定しないでください。
- 測定中や通信中にねむりモニターの電源を切らないでください。
- 測定には10分以上の持続した睡眠が必要です。
- 睡眠力は測定中に2時間以上ベッドに在床していた場合計算されます。
- ベッドの足側から50cmの範囲は、正しい測定ができない場合があります。
- ベッドを変更した場合は「設置環境を変更する」(P.40)を行ってください。
- 体重が5kg以上変わった方は「利用者情報を変更する」(P.41)を行ってください。
- P.36をご参照の上、ベッド基準値の設定を行う必要がある場合は「ベッド基準値を設定する」(P.36)を行ってください。

手動測定

1 携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続します。

※既に接続している場合は必要ありません。

2 アプリ画面下部の メイン をタップします。

メイン画面が表示されます。

1
つづき

3 アプリのメイン画面で 測定START をタップします。

測定STARTのボタンが消え、測定STOPのボタンが表示されます。

ご注意

測定を開始したら、携帯端末の通信設定は変更しても構いません。ただし、測定ストップを手動で行う場合は、測定ストップを行う前に、再度通信設定を 1 の状態に戻してください。

4 起床後、測定を停止する場合は測定中画面で 測定STOP(長押し) を3秒間長押しします。

長押し中は、カウントダウンが表示されます。数字が消えるまで長押ししてください。

自動測定

1 自動測定の場合はP.24、P.35で選択した時刻に測定を自動で開始/終了します。

※自動測定を行う場合、測定の開始／終了時に携帯端末と無線LANルーターがWi-Fi接続している必要はありません。

2 測定データをねむりモニターから送信する

送信方法は選択した睡眠結果の閲覧方法、測定方法により異なります。

データ送信方法一覧

睡眠結果の閲覧方法	マイページ	アプリ	
測定ストップ方法	手動/自動	手動	自動
データ送信方法	測定終了時に送信される。※	測定終了時に送信される。	下記の「測定データを手動で送信する」を行う。

※見守りサービスを設定している場合、測定開始から30分間隔で測定データを送信します。お客様が準備したWi-Fi環境によっては、正確に30分ごとに測定データが更新されない場合があります。
見守りサービスについてはP.4、P.8をご参照ください。

ご注意

・送信されなかったデータはねむりモニターに3日分記録されます。3日を超えたデータを記録すると、古いデータが順次消去されてしまいます。測定終了後、選択した設定に合った送信方法で、必ずデータを送信してください。
・マイページに自動でデータを送信するとき、無線LANルーターの電源が入っていない、無線LANルーターがインターネットに接続されていないなどの場合、データは送信されず解析ボックス内に記録されます。記録されたデータは次回の測定ストップ時に、まとめて送信されます。

測定データを手動で送信する

1 携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続します。

※既に接続している場合は必要ありません。

2 アプリ画面下部の ◷メイン をタップします。

3 データ取得 をタップします。

お願い

アプリへ測定データを送信中に送信エラーのダイアログが表示された場合、お客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続していることを確認し、もう一度「測定データを手動で送信する」を行ってください。

睡眠結果を閲覧する

マイページで閲覧する

マイページの閲覧は携帯端末またはパソコンから行ってください。

1 「ASLEEP BEDROOM PROJECT」のウェブページにアクセスします。

http://www.asleep-bedroom-project.com
QRコードを利用する場合は、右記のQRコードを読み取ってください。

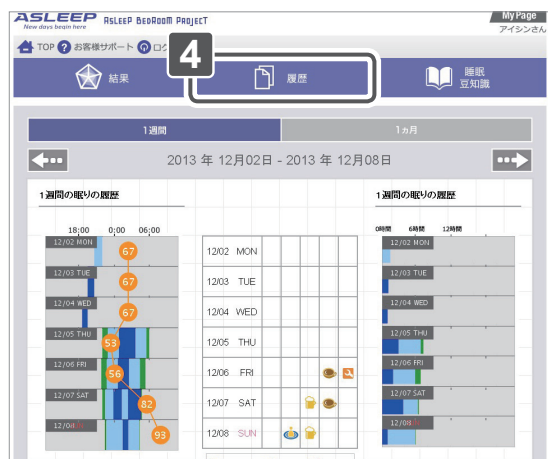
2 マイページ をクリックします。

画面に従って、マイページにログインしてください。

3 結果 をクリックします。

結果画面が表示されます。

4 履歴を見る場合は 履歴 をクリックします。

履歴画面が表示されます。

お願い

結果画面、履歴画面の見方、詳細およびプレミアムサービス(有料)についてはマイページの「お客様サポート」⇒「ヘルプ」をご覧ください。

アプリで閲覧する

ご注意

アプリで閲覧する際に、携帯端末と無線LANルーターをWi-Fi接続している必要はありません。

1 アプリの画面下部の 結果 をタップします。

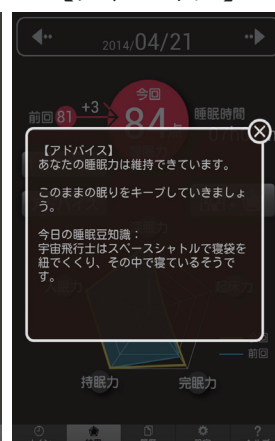
結果(1日)画面が表示されます。

【結果(1日)画面1】

2 結果画面では各ボタンをタップすることで結果画面を切り替えることができます。

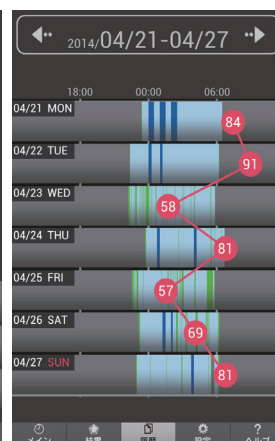
❶ 1日⇅1週間 をタップすると【結果(1日)画面1】または【結果(1日)画面2 】と【結果(1週間)画面】が切り替わります。
❷ アドバイス をタップすると【アドバイス】が表示されます。
❸ をタップすると【結果(1日)画面1 】と【結果(1日)画面2 】が切り替わります。

【結果(1週間)画面】

【アドバイス】

3 履歴を見る場合はアプリの画面下部の 履歴 をタップします。

履歴画面が表示されます。
過去1か月分の履歴を閲覧することができます。

【結果(1日)画面2】

【履歴画面】

お願い

結果の見方・詳細についてはマイページの「お客様サポート」⇒「ヘルプ」、またはアプリ画面下部の ? ヘルプ をご覧ください。

設定を変更する

設定した内容を変更します。
ここで行う設定は、ねむりモニターに記録されます。
一度設定すれば、ねむりモニターの電源が切れても、設定に変更がない限り再設定する必要はありません。

設定変更を行う前に、携帯端末の通信設定を確認してください。

携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続します。
※既に接続している場合は必要ありません。

ご注意

測定中は設定を変更できません。

設定一覧

項目	内容	記載
測定方法(手動/自動)を変更する	測定方法の手動/自動設定の変更を行います。	P.35
ベッド基準値を設定する	測定者を除いたベッドの状態をねむりモニターに記憶させます。	P.36
電波強度を確認する	電波強度の確認を行います。	P.37
ねむりモニターをアップデートする	ねむりモニターのプログラムを最新のものにアップデートします。	P.38
睡眠結果の閲覧方法を変更する	睡眠結果の閲覧方法の確認・変更を行います。	P.39
設置環境を変更する	「ベッドサイズ・幅」、「ベッド脚位置・幅」の確認・変更を行います。	P.40
利用者情報を変更する	「性別」、「生年月日」、「体重」の確認を行います。「体重」の変更を行います。	P.41
センサー位置を変更する	センサー位置を変更します。	P.42
LEDランプ表示設定を変更する	LEDランプを常時表示にするか、常時非表示にするか設定します。	P.43
ねむりモニターの通信設定を変更する	ねむりモニターの通信設定を変更します。	P.44
利用者情報・設置環境をリセットする	アプリ内の利用者情報・設置環境を消去します。	P.46
ねむりモニターを初期化する	ねむりモニターの状態を工場出荷時の状態に戻します。	P.46
ねむりモニターの機器認証解除を行う	ねむりモニターの機器認証を解除し、別のIDで設定できるようにします。	P.47
マイページの会員登録を退会する	マイページから退会し、マイページ上のデータを削除します。	P.47

測定方法(手動/自動)を変更する

測定方法を変更します。
P.25、P.26を参照の上、手動スタート/自動スタート、手動ストップ/自動ストップをそれぞれどちらにするか選択してください。

ご注意

設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続してください。

1 アプリの画面下部の 設定 をタップします。

設定画面が表示されます。

2 設定画面をスクロールし、「ねむりモニター時刻・測定方法設定」を表示させます。

3 測定スタートの手動/自動を選択します。

- **測定スタートを手動にする場合**
  測定自動開始を OFF にします。
- **測定スタートを自動にする場合**
  測定自動開始を ON にし、測定を開始する時刻を設定します。

設定したい時刻に合わせ、設定 をタップします。

4 測定ストップの手動/自動を選択します。

- **測定ストップを手動にする場合**
  測定自動停止を OFF にします。
- **測定ストップを自動にする場合**
  測定自動停止を ON にし、測定を停止する時刻を設定します。

5 設定値送信 をタップします。

ベッド基準値を設定する

測定者を除いたベッドの状態をねむりモニターに記憶させます。

ご注意

設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続してください。

1 **ベッドメイキングをし、ベッドに寝具以外の余計なものが乗っていない状態にします。**

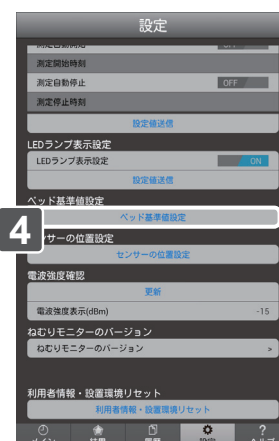
2 **アプリ画面下部の ⚙設定 をタップします。**

設定画面が表示されます。

3 **設定画面をスクロールし、「ベッド基準値設定」の項目を表示させます。**

4 **ベッド基準値設定 をタップします。**

完了ダイアログが表示されるまで、ベッドには触らないでください。

お願い

ベッドメイキングなどにより、ベッドの基準が変更された状態では正しい測定を行うことができません。以下のような場合は、測定の前にベッド基準値の設定を行うことをおすすめします。

- 寝具を変更するなどして、寝具の重さが5kg以上変動した場合
- マットレスを変更した場合
- ベッドを移動、変更した場合

電波強度を確認する

- 解析ボックスと携帯端末が通信できていることを確認します。
- 正常に通信ができる電波強度であることを確認します。

ご注意

設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続してください。

1 アプリの画面下部の 設定 をタップします。

設定画面が表示されます。

2 設定画面をスクロールし、「電波強度確認」を表示させます。

3 更新 をタップします。

アプリ画面の「電波強度表示(dBm)」に電波強度が表示または更新されます。

4 電波強度を確認します。

電波強度の推奨値は-74dBm以上です。
-74dBm未満だった場合、測定の手動スタート、測定の手動ストップ、データの送信が正常に行えない可能性があります。
無線LANルーターや携帯端末の位置を移動させる。または電波を阻害している障害物を撤去させて、電波強度が-74dBm以上の環境にした上で測定することをおすすめします。

ねむりモニターをアップデートする

ねむりモニターのプログラムを最新のものにアップデートします。
バージョンアップ情報はアプリのバージョンアップ情報と共にお知らせします。携帯端末によってアプリのバージョンアップ情報の受取り方は異なりますので、お使いの携帯端末の取扱説明書、ホームページでご確認ください。

ご注意

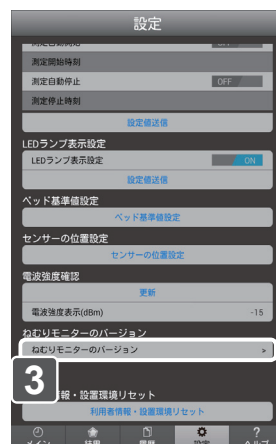
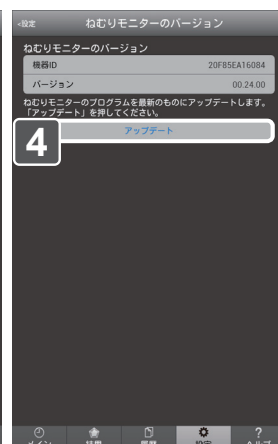
設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続してください。

1 **アプリの画面下部の ⚙設定 をタップします。**

設定画面が表示されます。

2 **設定画面をスクロールし、「ねむりモニターのバージョン」を表示させます。**

3 **ねむりモニターのバージョン をタップします。**

センサバージョン画面が表示されます。

4 **ねむりモニターのバージョン画面の アップデート をタップします。**

- ねむりモニターのプログラムが最新だった場合、タップできません。
- ねむりモニターのプログラムが最新のものではなかった場合、アップデートを開始しますのでそのままお待ちください。
  完了ダイアログが表示されればアップデートは終了です。

睡眠結果の閲覧方法を変更する

- 設定してある「睡眠結果の閲覧方法」を確認します。
- 「睡眠結果の閲覧方法」を変更します。

ご注意

設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続してください。

1 **アプリの画面下部の ⚙設定 をタップします。**

設定画面が表示されます。

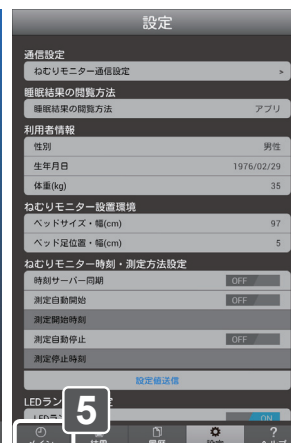
2 **設定画面をスクロールし、「睡眠結果の閲覧方法」を表示させせます。**

3 **マイページで入力した、睡眠結果の閲覧方法を確認します。**

4 **睡眠結果の閲覧方法を変更したい場合は、マイページで修正します。**

※「ASLEEP BEDROOM PROJECT」のウェブページにアクセスし、右上の「マイページ」をクリックしてマイページにログインします。

http://www.asleep-bedroom-project.com

マイページでの修正方法はP.19を参照してください。

5 **マイページで変更後、アプリ画面下部の メイン をタップします。**

メイン画面が表示されます。

6 **ログアウトします。**

7 **アプリにログインします。**

※ログイン後、通信エラーのダイアログが表示された場合、再ログインしてください。

設置環境を変更する

- 「ベッドサイズ・幅」「ベッド脚位置・幅」の設定値を確認します。
- ベッドを変更した場合に「ベッドサイズ・幅」「ベッド脚位置・幅」の値を変更します。

ご注意

設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続してください。

1 **アプリの画面下部の ⚙設定 をタップします。**

設定画面が表示されます。

2 **設定画面をスクロールし、「ねむりモニター設置環境」を表示させせます。**

3 **マイページで入力した、設置環境を確認します。**

※設置環境についてはP.14を参照してください。

4 **設置環境を変更したい場合は、マイページで修正します。**

※「ASLEEP BEDROOM PROJECT」のウェブページにアクセスし、右上の「マイページ」をクリックしてマイページにログインします。

http://www.asleep-bedroom-project.com

マイページでの修正方法はP.19を参照してください。

5 **マイページで変更後、アプリ画面下部の ⌚メイン をタップします。**

メイン画面が表示されます。

6 **ログアウトします。**

7 **アプリにログインします。**

※ログイン後、通信エラーのダイアログが表示された場合、再ログインしてください。

利用者情報を変更する

- 「性別」「生年月日」「体重」の設定値を確認します。
- 体重が設定値から５kg以上変化した場合に「体重」の値を変更します。

ご注意

設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続してください。

お願い

ねむりモニターの利用者を変更する場合は、ここで利用者情報を変更するのではなく「ねむりモニターの機器認証解除を行う」(P.47)を行ってから、別のIDを取得し、「設定する」(P.17)から設定し直し、測定することをおすすめします。

1 アプリの画面下部の 設定 をタップします。

設定画面が表示されます。

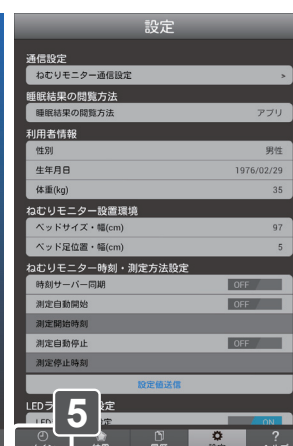
2 設定画面をスクロールし、「利用者情報」を表示させます。

3 マイページで入力した、利用者情報を確認します。

4 利用者情報を変更したい場合は、マイページで修正します。

※「ASLEEP BEDROOM PROJECT」のウェブページにアクセスし、右上の「マイページ」をクリックしてマイページにログインします。

http://www.asleep-bedroom-project.com

マイページでの修正方法はP.19を参照してください。

5 マイページで変更後、アプリ画面下部の メイン をタップします。

メイン画面が表示されます。

6 ログアウトします。

7 アプリにログインします。

※ログイン後、通信エラーのダイアログが表示された場合、再ログインしてください。

センサー位置を変更する

- センサーの位置を左右で変更した場合に行います。
- ベッドを移動した場合等、センサーのコネクタを別の差し込み口に差し直した場合に行います。

ご注意

設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続してください。

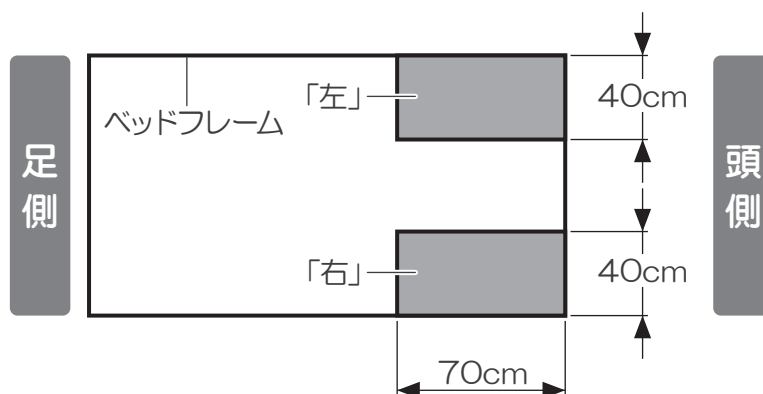
1 **アプリの画面下部の ⚙設定 をタップします。**

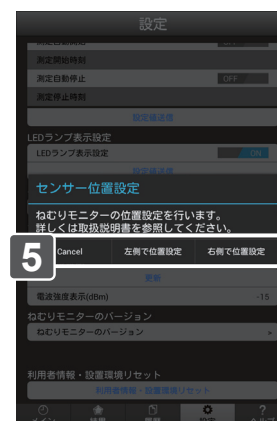
設定画面が表示されます。

2 **設定画面をスクロールし、「センサーの位置設定」を表示させます。**

3 **センサーの位置設定 をタップします。**

ダイアログが表示されます。

4 **センサー位置を設定するため、図の左右のどちらかの範囲に座ります。**

5 **ベッドに座ったまま、座った位置を選択します。**

左側で位置設定 / 右側で位置設定 のどちらかのボタンをタップします。
約3秒経過して、OKが表示されるまではベッドに座ったままでいてください。

LEDランプ表示設定を変更する

LEDランプを常時表示にするか、常時非表示にするか設定します。
LEDランプはねむりモニターの状態を表示します。睡眠時にLEDランプの明かりが気になる方は明かりを消すことができます。

ご注意

・設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID（P.22またはP.44）でWi-Fi接続してください。
・異常時は、設定にかかわらず異常の状態をLEDランプで表示します。

1 **アプリの画面下部の 設定 をタップします。**

設定画面が表示されます。

2 **設定画面をスクロールし、「LEDランプ表示設定」を表示させます。**

3 **LEDランプ常時表示のON／OFFを選択します。**

● **常時表示をONにする場合**

LEDランプ表示設定を ON にします。

● **常時表示させない場合**

LEDランプ表示設定を OFF にします。

4 **設定値送信 をタップします。**

※LEDランプについては、「故障かな？と思ったら／1 LEDランプの表示内容」（P.49）をご参照ください。

ねむりモニターの通信設定を変更する

無線LANルーターが2台以上あり、通信先を別の無線LANルーターに変更する場合に行います。

ご注意

設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続してください。

使用していた無線LANルーターを変更した場合や使用していた無線LANルーターのSSID、パスワード、セキュリティの種類を変更した場合は「ねむりモニターの通信設定を変更する」ができません。初期設定をやり直す必要があります。
まず、「ねむりモニターを初期化する」(P.46)、「ねむりモニターの機器認証解除を行う」(P.47)を行ってから、電源プラグを差し直し、「初期設定をする」(P.20)を行ってください。

1 変更する無線LANルーターのIEEE802.11bに対応したSSIDとパスワード、セキュリティの種類を調べます。無線LANルーターのDHCP機能を有効にします。

お手持ちの無線LANルーターのSSID等の調べ方、操作方法は無線LANルーターの取扱説明書、ホームページをご確認ください。

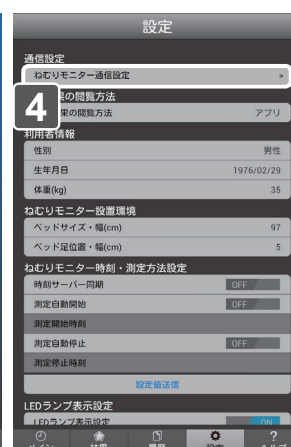
ご注意

無線LANルーターの設定で通信制限、接続台数制限、ブロードキャスト(UDP)制限を行っている場合、解析ボックスとの接続ができない場合があります。必要に応じて設定を変更してください

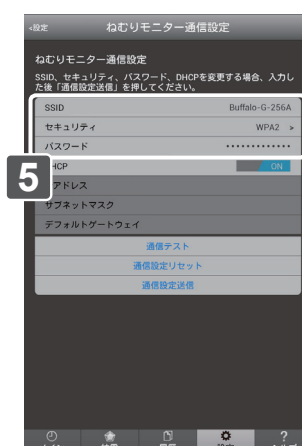
2 アプリを開き、画面下部の ⚙設定 をタップします。

設定画面が表示されます。

3 設定画面をスクロールし、「通信設定」を表示させます。

4 ねむりモニター通信設定 をタップします。

5 変更する無線LANルーターのSSIDとパスワードを入力し、入力したSSIDにあったセキュリティを以下から選択します。

・WPA2　・WPA　・WEP　・なし

※接続設定リセットをタップすれば既に設定してあるSSID、セキュリティ、パスワードの表示を消去できます。

6 DHCPを ON にします。

ねむりモニターの通信情報を取得します。

お願い

無線LANルーターのDHCP機能を使わない方は、解析ボックスに割り当てるIPアドレス、サブネットマスク、デフォルトゲートウェイを直接入力してください。

7 通信設定送信 をタップします。

ねむりモニターと変更する無線LANルーターがWi-Fi接続されます。

8 アプリを閉じ、携帯端末の設定画面を開き、Wi-Fi接続をONにし、接続先に 5 で入力したお客様のSSIDを選択します。

ご注意

お使いの携帯端末によってはSSIDを「名前」と表現している場合があります。
詳細は携帯端末の取扱説明書、ホームページでご確認ください。

9 通信テスト をタップします。

通信成功のダイアログが表示されたら通信設定の変更は終了です。

※通信エラーのダイアログが表示された場合、まだ接続中の可能性があります、時間をおいてもう一度「通信テスト」をタップしてください。時間をおいても通信エラーのダイアログが表示された場合、 5 で入力した無線LANルーターの情報が間違っている可能性があります。その場合、初期設定をやり直す必要があります。まず、「ねむりモニターを初期化する」(P.46)、「ねむりモニターの機器認証解除を行う」(P.47)を行ってから、電源プラグを差し直し、「初期設定をする」(P.20)を行ってください。

利用者情報・設置環境をリセットする

アプリ内の利用者情報・設置環境を消去します。

ご注意

設定変更を行う前に携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続してください。

1 アプリの画面下部の ⚙設定 をタップします。

設定画面が表示されます。

2 設定画面をスクロールし、「利用者情報・設置環境リセット」を表示させます。

3 利用者情報・設置環境リセット をタップします。

ねむりモニターを初期化する

ねむりモニターの状態を工場出荷時の状態に戻します。

1 解析ボックスのスイッチを5秒以上長押しします。

LEDランプが消灯すれば解析ボックス内の設定値がリセットされ、工場出荷時の状態に戻ります。

お願い

スイッチは針等の先端の細いものをまっすぐ穴に通し、押してください。シャープペンシルの芯などの折れやすいものはケースの中に落ちて、故障の原因になりますので使用しないでください。

ねむりモニターの機器認証解除を行う

ねむりモニターの機器認証を解除し、別のIDで設定できるようにします。

1 マイページにログインします。

※「ASLEEP BEDROOM PROJECT」のウェブページにアクセスし、右上の「マイページ」をクリックしてマイページにログインします。

http://www.asleep-bedroom-project.com

2 マイページのトップ画面から以下の順番でクリックします。

「お客様サポート」⇒「ねむりモニター登録・変更」⇒「機器認証解除」

マイページの会員登録を退会する

マイページから退会し、マイページ上のデータを削除します。

1 マイページにログインします。

※「ASLEEP BEDROOM PROJECT」のウェブページにアクセスし、右上の「マイページ」をクリックしてマイページにログインします。

http://www.asleep-bedroom-project.com

2 マイページのトップ画面から以下の順番でクリックします。

「お客様サポート」⇒「退会」

3 以降、画面に従って退会します。

ご注意

マイページの会員登録を退会すると、マイページ上の結果や履歴が削除されます。
マイページの会員登録を退会すれば、自動的に機器認証解除が行われます。

お手入れについて

本製品をお手入れする場合は、以下の点にご留意ください。

・製品の表面は柔らかい布でふいてください。

・シンナー、ベンジン、アルコールは使用しないでください。

・お手入れの際に、製品内部に水が入らないようにしてください。本製品は防水仕様ではありません。

保管について

本製品を保管する場合は、以下の点にご留意ください。

・水のかかる場所に置かないでください。

・湿気やほこりの多い場所に置かないでください。

・振動・衝撃のある場所に置かないでください。

・直射日光の当たる場所や熱器具の近くに置かないでください。

・化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生する場所に置かないでください。

廃棄について

・本製品は、お住まいの自治体の指示に従って廃棄処理をしてください。

・廃棄する前に、「マイページの会員登録を退会する」(P.47)とアプリの削除をしてください。測定データを削除することができます。

・廃棄する前に「ねむりモニターを初期化する」(P.46)を行ってください。解析ボックス内のデータを削除することができます。

故障かな？と思ったら

1 LEDランプの表示内容

解析ボックスのLEDランプ表示（色、点灯／点滅）によって、ねむりモニターの異常を検知することができます。

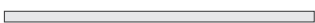
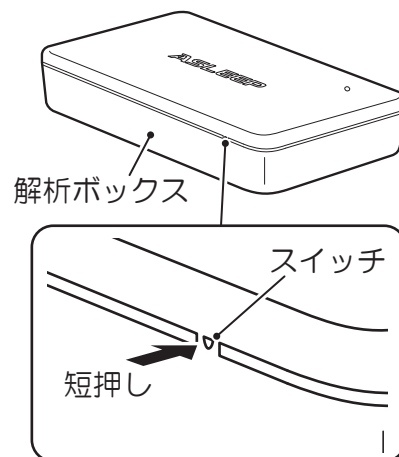
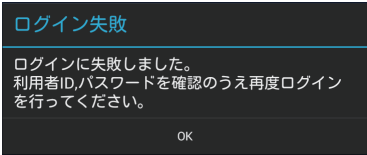
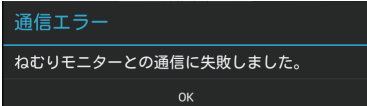
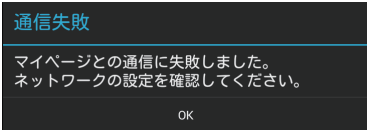
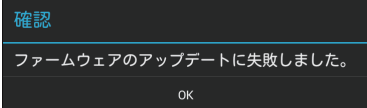
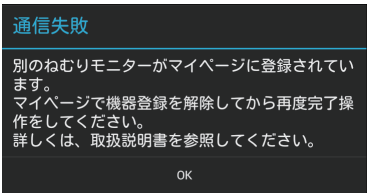
LEDランプは、常時表示のON／OFFを設定により切り替えることができます。

※LEDランプ常時表示のON／OFFについては、P.43を参照してください。

LEDランプの常時表示がOFFの場合は、解析ボックスのスイッチを短押しすると、ねむりモニターの状態を5秒間ランプ表示します。

ご注意

スイッチを5秒以上長押しすると解析ボックスが工場出荷の状態に戻ります。LEDランプの表示を確認する場合は、誤って長押ししないようにしてください。

お願い

スイッチは針等の先端の細いものをまっすぐ穴に通し押してください。シャープペンシルの芯などの折れやすいものはケースの中に落ちて、故障の原因になりますので使用しないでください。

ねむりモニターに異常がある場合は、LEDランプの常時表示ON／OFFにかかわらずねむりモニターの状態をランプ表示します。
ランプ表示の内容は、以下のとおりです。

ランプ表示	状態	ねむりモニターの状態	対応	参照
オレンジ点灯	正常	ねむりモニターの通信設定が未設定(工場出荷状態)	–	–
緑点灯	正常	ねむりモニターの通信設定が設定済み	–	–
緑点滅(1秒)	正常	測定中	–	–
緑/オレンジ交互点滅(1秒)	正常	ねむりモニターのアップデート中	ランプ表示が変わるまでお待ちください。	–
オレンジ点滅(1秒)	正常	ネットワーク接続認証中	ランプ表示が変わるまでお待ちください。	–
オレンジ点滅(1秒) (5分程度、変化がない場合)	異常	ネットワーク接続不良 (通信不良)	無線LANルーターが通信可能な状態か確認する。	–
			電波障害を起こす機器が周辺にないか確認する。	P.37
赤／緑交互点滅(0.5秒)		ネットワーク接続不良 (お客様のSSID、パスワード、セキュリティの入力ミス)	ねむりモニターの初期化(P.46)、機器認証解除(P.47)を行い設定を初期設定(P.20)からやり直す。	P.20 P.46 P.47
赤点滅(0.2秒)	異常	センサー異常	センサーのコネクタを差し直す。	P.15
赤点滅(0.2秒×3)	異常	センサー接続不良	センサーのコネクタを差し直す。	P.15
赤点滅(0.2秒×4)	異常	内部通信不良	ACアダプタを差し直す。	P.16
赤/オレンジ交互点滅(0.5秒)	異常	ねむりモニターのアップデート失敗	再度ねむりモニターのアップデートを行う。	P.38

2 修理を依頼する前に

修理を依頼する前に、以下の内容を確認してください。

こんなときは？	原因	対応	参照
下記ダイアログが表示される ログイン失敗 ログインに失敗しました。 利用者ID,パスワードを確認のうえ再度ログインを行ってください。 OK	ログイン時にIDとパスワードを間違えた。	マイページの会員登録で設定したID、パスワードでログインする。	—
	マイページに必要な情報を入力していない。	マイページのねむりモニター登録・変更画面で必要な情報を入力する。	P.19
下記ダイアログのいずれかが表示される 通信エラー ねむりモニターとの通信に失敗しました。 OK 通信失敗 マイページとの通信に失敗しました。 ネットワークの設定を確認してください。 OK	専用ACアダプタの電源プラグまたは差込みプラグが差し込まれていない。	専用ACアダプタの電源プラグまたは差込みプラグをしっかり差し込む。	P.16
	解析ボックスと携帯端末、無線LANルーターが離れすぎている。または通信を阻害する障害物がある。	障害物を撤去する。 電波強度-74dBm以上の環境でアプリを操作する。	P.37
	携帯端末がお客様のSSID(P.22またはP.44)以外でWi-Fi接続している。	携帯端末をお客様のSSID(P.22またはP.44)でWi-Fi接続する。	—
	無線LANルーターの設定でSSID、パスワード、セキュリティの種類を変更した。	ねむりモニターの通信設定を変更する	P.44
下記ダイアログが表示される 確認 ファームウェアのアップデートに失敗しました。 OK	アップデート中に通信範囲から離れた。	通信範囲内(電波強度-74dBm以上)で、再度アップデートを行う。	P.37 P.38
	アップデート中に専用ACアダプタの電源プラグまたは差込みプラグが抜けた。	専用ACアダプタの電源プラグまたは差込みプラグをしっかり差し込んだ後、再度アップデートを行う。	P.16 P.38
下記ダイアログが表示される 通信失敗 別のねむりモニターがマイページに登録されています。 マイページで機器登録を解除してから再度完了操作をしてください。 詳しくは、取扱説明書を参照してください。 OK	既に他の方のIDでねむりモニターの設定を完了させている。 ※ねむりモニター、1台につき設定できるIDは一つです。	前の使用者の方に、ねむりモニターの機器認証解除を行ってもらう。	P.47

こんなときは？	原因	対応	参照
測定結果の時系列データにデータ抜けがある。	測定中にセンサーと解析ボックスを接続しているコネクタが抜けた。	センサーと解析ボックスを接続しているコネクタを差し直す。	P.15
	測定中に専用ACアダプタの電源プラグまたは差込みプラグが抜けた。	専用ACアダプタの電源プラグまたは差込みプラグをしっかり差し込む。	P.16
測定結果が表示されない。	睡眠時間が10分未満、または測定時間が2時間未満。	睡眠の測定は10分以上の睡眠が必要。睡眠力の計算は2時間以上の測定が必要。	−
	測定データ送信中にアプリを終了した。	再度データ送信を行う。	P.31
	自動ストップに設定したつもりが、手動ストップになっていた。	メイン画面に測定STOPボタンがあれば、まだ測定中なので、測定を終了させ、データ送信を行う。	P.30 P.31
	クラウドサーバーまたはアプリへ、測定データを送信していない。	データ送信を行う。	P.31
	測定終了後、データ送信前に、専用ACアダプタの電源プラグまたは差込みプラグが抜けた。	データ送信前に、ねむりモニターの電源を抜かない ※ねむりモニターに記録されたデータは電源が切れると消去されます。	−
眠っていないのに眠っていたと記録される。	眠っていないが、安静にしていた。	体の動きから眠りの状態を判定しているため、安静にしていると眠っていると判定されることがある。	−
	測定中に、重い荷物がベッドの上に乗っていた。	重い荷物を降ろす。	−

こんなときは？	原因	対応	参照
睡眠時間が異常に短く（または長く）記録される。またはベッド上に乗っていた時間に離床と記録される。	ベッド基準値が正常に設定されていない。	ベッドメイキングしてから、再度ベッド基準値の設定を行う。	P.36
	センサーの設置位置を間違えている。	センサーをベッドの頭側2か所に設置する。	P.13 P.14
	設置環境、利用者情報、センサーの位置が間違っている。	設置環境、利用者情報、センサーの位置を再設定する。	P.40 P.41 P.42
手動で測定を終了していないのに測定が終了している。	測定開始から23時間経過している。	測定開始から23時間経過すると、自動で測定が終了する。23時間以上連続で測定することはできない。	–
解析ボックスと携帯端末がWi-Fi接続できない。	携帯端末のWi-Fi接続がOFFになっている。	携帯端末のWi-Fi接続をONにする。	–
	携帯端末に入力したねむりモニターのSSIDとパスワードが間違っている。	ねむりモニターのSSIDとパスワードの入力をやり直す。	P.21
	初期設定中のネットワーク内に、電源の入った初期設定が未設定の解析ボックスが２個以上ある。	初期設定中は、設定しない初期設定が未設定の解析ボックスの電源プラグをコンセントから抜いておく。	P.20
通信設定ができない。	無線LANルーターの電源がOFFになっている。	無線LANルーターの電源をONにする。	–
	携帯端末が無線LANルーターのセキュリティに対応していない。	使用可能な無線LANルーターに変更する。 ※携帯端末と無線LANルーターがWi-Fi接続できれば問題ありません。	–
	無線LANルーターの設定に制限がかかっている。	無線LANルーターの制限設定を変更する。	–

仕様

販売名	ねむりモニター
医療機器届出番号	23B3X10009000002
類別	機械器具21　内臓機能検査用器具
一般的名称	体動センサ
クラス分類	クラスⅠ（一般医療機器）
電撃に対する保護の形式	クラスⅡ
寸法	センサー　　：長さ14.0×幅10.8×高さ4.7cm×2個 解析ボックス：長さ17.0×幅8.6×高さ3.5cm
質量	センサー　　：約700g×2個 解析ボックス：約140g
測定者体重	30～102kg
使用温湿度範囲	5℃～35℃　　30%～90%RH
保管・輸送温湿度範囲	-20℃～50℃　　30%～90%RH
電気的定格 （専用ACアダプタ）	電圧　　：AC100V 周波数　：50/60Hz 消費電力：13VA
電気的定格 （解析ボックス）	電圧　　：DC9V 消費電力：2W
通信方式	無線LAN 通信モジュール IEEE802.11b
ACアダプタコード長さ	約185cm
電波法	電波法認定品を使用

本製品はEMC規格 JIS T 0601-1-2:2012に適合しています。

製品に表示している記号の意味

記号	意味	表示箇所	記号	意味	表示箇所
⚠	注意	解析ボックスに表示	⧈	電撃に対する保護の形式：クラスⅡ	専用ACアダプタに表示
(i)	取扱説明書、添付文書の操作指示に従う	解析ボックスに表示	PSE	電気用品安全法に適合した製品に表示されるマーク	専用ACアダプタに表示

本書に記載されている他社製品名は、各社の商標、または登録商標です。本書ではTM、®などのマークは記載しておりません。

- Android、Google Playは、Google Inc.の商標または登録商標です。
- IOSは、Ciscoの米国およびその他の国における商標または登録商標であり、ライセンスに基づき使用されています。
- QRコードは、（株）デンソーウェーブの登録商標です。
- App Storeは、米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。
- Wi-Fiは、Wi-Fi Allianceの登録商標です。

アフターサービスについて

保証について

保証書の記載内容をお確かめのうえ、大切に保管してください。
ねむりモニターの保証期間はお買い上げの日から1年間です。

修理を依頼するとき

修理(交換を含む)は、故障製品を弊社までお送りいただき、修理完了後、お客様に返送することとします。

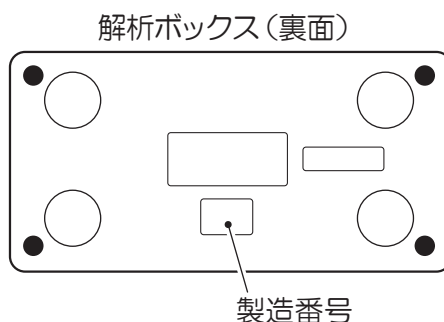
● **保証期間中の修理**

必ず、保証書をご提示ください。保証書の規定に従って修理(交換を含む)させていただきます。なお、保証期間内でも有料になることがありますので、保証書の記載内容を十分にご確認ください。

● **保証期間経過後の修理**

修理によって機能が維持できる場合は、お客様のご要望により有料で修理(交換を含む)いたします。修理費用は、必要部品代、送料および技術料の合計になります。

● **連絡していただきたい内容**

1) 郵便番号、ご住所、お名前、電話番号
2) 製造番号
3) お買い上げ日
4) 故障内容、異常の状況(できるだけ詳しく)

・修理に関するお問い合わせは、販売店もしくは下記の窓口で承っています。

アイシン精機株式会社 お客様相談室

0120-24-8640　受付時間 平日8:30〜17:30
(ゴールデンウィーク、夏季、年末年始の休みは除く)

アイシン精機株式会社

〒448-8650　愛知県刈谷市朝日町2丁目1番地

Ver.1 2014.5.31